Rythmes scolaires
De nouveaux ateliers autour de l'alimentation pour votre ville

Suite à l'entrée en vigueur de la loi Peillon, le réaménagement du temps scolaire a été mis en place depuis la rentrée 2013 dans certaines écoles. Cette nouvelle organisation de la semaine donne un rôle accru aux municipalités. C'est l'occasion pour Vif de mettre en place des ateliers ludo-pédagogiques autour de l'équilibre alimentaire et de l'intérêt de la journée rythmée par 4 repas auprès des enfants de 8-12 ans, plus particulièrement le petit déjeuner et le goûter.

Fort de ces constats, le programme Vif s'appuie sur son expertise de mobilisation des acteurs locaux pour proposer au réseau des villes Vif, un kit clé en main permettant d'animer ces temps périscolaires sous forme d'ateliers pour créer un moment d'éveil, d'échanges, de partages entre les enfants, sur un sujet qui leur parle et qui les inspire.

Dans ce contexte, le programme Vif propose **une formation** clé en main à destination des animateurs du périscolaire d'une journée qui s'articule en 3 parties :

1) **Partie théorique:** Introduction à l'équilibre alimentaire en partant des « idées reçues ».
2) **Modalité d'évaluation:**
   - auprès des animateurs (*indicateurs du nombre et type d'ateliers mis en place; nombre de participants, freins des ateliers, satisfaction des outils et des ateliers proposés.)*
   - auprès des enfants (*évaluation de l'évolution des comportements et des connaissances).*
3) **Partie pratique:**
   - Déclinaison et explication des ateliers
   - Réalisation d'un atelier pratique : le Bar à eaux.

Les outils proposés, validés par des experts et professionnels de santé, s'articulent autour de 3 modules. Afin d'analyser l'évolution des connaissances et comportements des enfants, deux questionnaires animateur ainsi que des questionnaires enfant avant et après la mise en place des ateliers ont été élaborés.

• Module 1 : Garde le rythme !

Cette thématique a pour objectif d'expliquer aux enfants la notion de rythme alimentaire et son impact sur l'équilibre alimentaire et la sensation de faim afin d'éviter le grignotage.
Sept ateliers ont été élaborés autour de ce module.

. Module 2 : Bonbons, chocolat, friandises sucrées ou salées

Ce module décliné en deux ateliers a pour objectif de sensibiliser les enfants à la place des friandises dans leur alimentation c'est à dire comment consommer les friandises et les intégrer au mieux dans son alimentation de manière encadrée tout en donnant quelques repères.

. Module 3 : Boissons mode d'emploi

Cette thématique a pour objectif de sensibiliser les enfants à l'importance de boire de l'eau et sa nécessité au quotidien ainsi que la consommation exceptionnelle des boissons sucrées.

Les animateurs recevront les outils prêts à utiliser ou à télécharger et imprimer. Posters, quiz, fiche action… tout a été pensé pour faciliter l'adhésion de tous et la mise en œuvre facile et rapide de chacun des ateliers.
Un dépliant par thématique est remis aux enfants afin de faire perdurer les messages clés au sein de la famille ainsi que des leaflets sur le petit-déjeuner, sur les friandises et sur l'eau.

Pour tout information complémentaire, nous contacter par téléphone au 03.20.11.20.46 ou par mail : contact@vivons-en-forme.org.